

SOFRIMENTO PSÍQUICO NO TRABALHO CONTEMPORÂNEO: ANALISANDO UMA REVISTA DE NEGÓCIOS

Leonardo Flach

Carmem Lígia Iochins Grisci

Francielle Molon da Silva

Vanessa Manfredini

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil

RESUMO: No presente artigo analisou-se como uma revista popular de negócios tem abordado o sofrimento psíquico no trabalho contemporâneo, a partir de uma pesquisa exploratório-descritiva. Para tanto, tomou-se como material de análise doze edições da Revista Você S/A veiculadas no período de julho de 2005 a junho de 2006. Da análise empreendida (Minayo, 1994) emergiram três categorias centrais à temática: as causas do sofrimento; suas consequências para os indivíduos e as organizações; e os indicadores de prevenção e manutenção da saúde. Como resultado da pesquisa, ressalta-se que os indivíduos têm sido apresentados como os responsáveis únicos pelo sofrimento no trabalho. Sob esse enfoque, questões relativas às vivências dos sentimentos de insegurança e incertezas, do aumento da competitividade e da hipersolicitação têm sido apresentadas em diversas reportagens que enaltecem dicas prescritivas sobre como superar o sofrimento sem, entretanto, discutir suas causas fora dos indivíduos.

PALAVRAS-CHAVE: trabalho contemporâneo; sofrimento psíquico; revista de negócios.

PSYCHIC SUFFERING IN THE CONTEMPORARY WORK: ANALYZING A BUSINESS MAGAZINE

ABSTRACT: The present article aims to analyze how the Magazine Você S/A approaches the thematic of psychic suffering in contemporary work. The study is based on an exploratory-descriptive research, and twelve editions of the Magazine Você S/A, from the period of July of 2005 until June of 2006 have been analyzed. Due to the analysis (Minayo, 1994), three main categories emerged: the causes of the suffering; its consequences for individuals and for organizations; indicators of health prevention and maintenance. As results of the research, it is emphasized that the individuals are presented as the only responsible for the suffering at work. It has also concluded that subjects such as the experiences of insecurity and uncertainty feelings, the increase of the competitiveness and big solicitation, are presented in many articles of the magazine. These articles praise prescriptive tips to overcome suffering without arguing the causes that generate suffering beyond the individual sphere.

KEYWORDS: contemporary work, psychic suffering, business-oriented magazine.

Introdução

O trabalho contemporâneo, marcado pelos contratos temporários, pela flexibilização e execução de projetos, pela condição que o trabalhador deve assumir de único responsável por sua empregabilidade, pode tanto oferecer condições para o crescimento pessoal como se constituir em uma nova fonte de opressão, exploração ou exclusão (Senett, 2006).

Retrospectivamente, pode-se afirmar que conquistas e retrocessos vêm ocorrendo continuamente no mundo do trabalho. No que se refere ao processo de trabalho, houve uma maior participação dos trabalhadores; as condições materiais de vida e de trabalho melhoraram, transformando particularmente os níveis de desgaste físico e os riscos de acidentes. Na atualida-

de, a capacidade de pensar, criar e tomar decisões passou a ser mais explorada. Qualquer que seja a direção, entretanto, o trabalho parece constituir-se numa fonte de sofrimento (Dias, 1994).

Com foco na temática sofrimento psíquico no trabalho contemporâneo e a partir de uma pesquisa exploratório-descritiva, buscou-se analisar como o sofrimento psíquico no trabalho foi apresentado em doze edições de uma revista popular de negócios, durante o período de julho de 2005 a junho de 2006.

No intuito de discutir tal questão, este artigo apresenta inicialmente uma breve contextualização do trabalho contemporâneo e do sofrimento. Posteriormente são esclarecidos os procedimentos metodológicos utilizados e resultados encontrados na pesquisa, através de uma análise crítica, culminando com as considerações finais.

Transformações no Mundo do Trabalho Contemporâneo e Sofrimento Psíquico

Sabe-se que muitas transformações ocorreram no mundo do trabalho. Entretanto, ainda é possível observar que algumas apregoam a revolução do trabalho e outras continuam como há trinta anos (Mair, 2005), permanecendo ainda a manipulação da classe trabalhadora, com a criação e aprimoramento de sucessivos meios de controle econômico e ideológico. Como afirma Heloani (2003), "tal processo de produção da subjetividade sempre envolveu, historicamente falando, alguma forma de expropriação" (p. 174).

O trabalho abarca um significado maior do que o ato de trabalhar ou de vender sua força de trabalho em busca de remuneração. Há também uma remuneração social pelo trabalho, ou seja, o trabalho enquanto fator de integração a determinado grupo com certos direitos sociais. Além disso, o trabalho tem uma função psíquica: é um dos grandes alicerces de constituição do sujeito e de sua rede de significados. Processos como reconhecimento, gratificação, mobilização da inteligência, mais do que relacionados à realização do trabalho, estão ligados à constituição da identidade e da subjetividade (Lancman & Sznalwar, 2004).

O trabalho constitui-se, portanto, como espaço de dominação e submissão do sujeito pelo capital, mas, igualmente, de resistência, de constituição e do fazer histórico da sociedade num processo lento, contraditório e desigual (Dias, 1994). Assim, dominação, submissão e resistência comportam uma conjunção de forças, na qual o conflito é o elemento central. Ao se falar em conflito, remete-se ao embate, isto é, ao sofrimento.

Transformações no Mundo do Trabalho Contemporâneo

Diversos estudos têm apontado que as principais mudanças ocorridas no mundo do trabalho são oriundas das profundas transformações na estrutura produtiva do capitalismo, em sua materialidade, bem como em seu campo mais subjetivo, político e ideológico. A crise do Fordismo, especialmente a partir dos anos de 1970, fez com que o capital impusesse um largo processo de reestruturação em busca da recuperação de seu ciclo de reprodução. Para fazer frente à crise que se abateu nas últimas décadas do século passado, o capitalismo articulou uma dupla solução: a reestruturação produtiva e o neoliberalismo.

O padrão de produção Taylorista/Fordista que se impôs a partir do século XX com o aperfeiçoamento do processo industrial constituiu-se com base na produção em massa, tendo unidades produtivas concentradas e verticalizadas, sob um grande controle fabril. Este

padrão, no intuito de aumentar as taxas de lucro em seu processo de produção, incorporou, a partir da segunda metade do século passado, uma nova modalidade de gestão fabril, deixando de ser o único modelo dominante no processo de produção industrial (Heloani, 2003).

O Toyotismo, de acordo com Antunes (1996, 1999), surgiu como um novo modelo originado no pós-guerra japonês, e apresentou como principais configurações a produção flexível, a existência de grupos ou equipes de trabalho que se utilizam crescentemente da microeletrônica e da produção bastante heterogênea, procurando reduzir os estoques, propiciando um grande processo de terceirização e precarização do trabalho. Em comparação como o modelo Taylorista/Fordista, o Toyotismo impôs um grande número de inovações: a produção passou a vincular-se à demanda dos produtos; fundamentou-se a ideia de trabalho em equipe, com multivariabilidade de funções, entre outras.

Segundo Sennet (2006), "a revolução tecnológica da última geração tem florescido, sobretudo nas instituições menos presas a formas centralizadas de controle. Esse crescimento certamente tem um preço alto: desigualdades econômicas cada vez maiores e instabilidade social" (p. 12).

Antunes (1999) também alertou para algumas transformações no contexto do trabalho contemporâneo, tais como: desregulamentação, flexibilização, terceirização, *downsizing*, empresa enxuta. Segundo o autor, todo esse receituário que se difunde pelo mundo empresarial consiste em expressões de uma lógica social onde se tem a prevalência do capital sobre a força humana de trabalho.

A realidade exposta, bem como os desafios que se impõem à sociedade, são bastante complexos. Contudo, segundo Heloani (2003), o confronto da luta de classe frente à dinâmica da realidade depende, neste momento histórico, da capacidade de reinvenção de novas estratégias de superação da dominação. Sob este viés, a classe trabalhadora já tem demonstrado historicamente sua potencialidade de recriação do novo.

Essa potencialidade de recriação do novo advém também da capacidade do ser humano de lidar com ambientes instáveis. Para isso, é válido considerar a crítica que Sennet (2006) realizou: "só um tipo de ser humano é capaz de prosperar em condições sociais instáveis e fragmentárias" (p. 13). Segundo o autor, tornou-se necessário enfrentar três desafios: (a) tempo: cuidar de relações de curto prazo, e de si mesmo, e ao mesmo tempo estar sempre migrando de uma tarefa para outra, de um emprego para outro, de um lugar para outro; (b) talento: desenvolver novas capacitações, como descobrir capacidades potenciais à medida que vão mudando as exigências da realidade; (c) abrir mão: permitir que o passado fique para trás. Assim, esses três desafios

são alguns dos elementos propulsores do sofrimento psíquico no trabalho contemporâneo.

Sofrimento Psíquico

A origem da palavra trabalho traz consigo a relação com o sofrimento. Os avanços do conhecimento permitem tomar o sofrimento em duas vertentes: o sofrimento patológico e o criativo (Dejours, 1998/1999). O sofrimento criativo é o agenciador da realização do verdadeiro trabalho, é a alavanca do processo criativo. O sofrimento patológico, por sua vez, diante do esgotamento de todos os recursos defensivos mobilizados, empurra o sujeito para um sentimento de incapacidade e de imbecilidade. O sentimento de incapacidade de dar conta das demandas sempre mutantes do trabalho justifica o fato de que o modo de ser dos trabalhadores encontra-se sob o foco da atenção dos estudos da psicodinâmica do trabalho (Lancman & Sznelwar, 2004).

Ainda mais porque o avanço tecnológico e as novas organizações do trabalho não trouxeram o anunciado fim do trabalho penoso. Pelo contrário, acentuaram as desigualdades e a injustiça social e trouxeram formas de sofrimento qualitativamente mais complexas e sutis, sobretudo do ponto de vista psíquico (Lancman & Sznelwar, 2004).

A psicopatologia do trabalho, conforme Lancman e Sznelwar (2004), parecia naturalmente dedicada à análise, à superação e, eventualmente, ao tratamento das doenças mentais. Ao se propor à normalidade do objeto, a psicodinâmica do trabalho abre caminho para perspectivas mais amplas, que não abordam apenas sofrimento, mas também o prazer no trabalho: não mais somente o homem, mas o trabalho; não mais apenas a organização do trabalho, mas as situações de trabalho em sua dinâmica interna.

Lancman e Sznelwar (2004) destacaram que existem diversas formas de sofrimento no trabalho: medo do acidente, angústia de não ser capaz de seguir as cadências ou os limites de tempo impostos, sofrimento proveniente da repetição contínua e do aborrecimento, medo das agressões provenientes dos usuários ou dos clientes, receio da dominação e da autoridade exercida pela hierarquia, medo da demissão, entre outros transtornos.

Entretanto, o lado mais cruel do sofrimento está no vazio intelectual a que é submetido o trabalhador, que se move sem direção, tomando para si toda a responsabilidade da sua angústia, levando-o à sensação permanente de impotência e incapacidade, em que os conhecimentos acumulados por anos de dedicação são considerados inúteis e descartáveis (Dejours, 1998/1999).

Para Freud (1920/1980), o sofrimento está relacionado com o perigo. A ansiedade (*Angst*) descreve

um estado particular de esperar ou preparar-se para o perigo, ainda que possa ser desconhecido. O medo (*Furcht*) exige um objeto definido de que se tenha temor (*Fürchtet*). O susto ocorre quando o sujeito se defronta com um perigo sem estar preparado para enfrentá-lo. O ponto central dessa definição é tanto o perigo quanto a expectativa, elementos que podem oferecer significativas contribuições para o estudo do sofrimento em gestores. O sofrimento não constitui um dado da natureza, mas uma posição designada, assumida e reconhecida, culturalmente, entre sujeitos históricos.

O sofrimento, além da sua inscrição no corpo, pressupõe a existência de uma linguagem que permita identificar algo como perigoso ou não, estranho ou familiar. Logo, percebe-se o sofrimento como contingente ao ato de viver. Ele se configura como uma reação, uma manifestação da insistência em viver sob circunstâncias que, na maioria das vezes, não é favorável ao homem. Psique, assim como mente, é “algo misterioso, incapaz de ser descrito nos mesmos termos que nós descrevemos mesas, árvore e átomos” (Freud, 1920/1980, p. 16).

Merlo e Lapis (2007) destacaram que a organização dos processos de trabalho nos quais estão inseridos os trabalhadores produz graves consequências sobre a saúde. Essas têm origem, principalmente, na separação entre concepção e execução, introduzidas pelos modelos de gestão taylorista e fordista. A própria rotinização e repetição de tarefas, quando levada a extremos, ocasiona sofrimento psíquico e lesões por esforços repetitivos. Nesse sentido, Lancman e Sznelwar (2004) apontaram que os distúrbios osteomusculares e as lesões por esforços repetitivos – DORT/LER, além dos transtornos psíquicos, são hoje as principais causas de afastamento do trabalho e de aposentadorias precoces, com forte impacto nas contas da Previdência.

Para Lancman e Sznelwar (2004), o aparecimento do sofrimento psíquico decorre do fato de que a desconfiança existente entre as equipes também traz conflitos dentro da própria equipe, podendo acarretar o aumento do individualismo e o fechamento do indivíduo sobre si mesmo. Além disso, as mudanças ocorridas e resultantes da implementação de modelos de gestão como o modelo japonês passaram a exigir um trabalhador mais engajado ao seu trabalho, com maior escolaridade e apto a realizar diversas tarefas (Merlo & Lapis, 2007).

É importante ressaltar que o trabalho, entretanto, também pode levar a uma vivência de prazer, ao representar a possibilidade de o trabalhador afirmar-se como sujeito do trabalho e construir novas formas de ser.

Em função do sofrimento, observa-se que é importante estimular a promoção de saúde física e mental a partir da organização do trabalho. Na busca do entendimento de “como adoecem e morrem os trabalhadores”, segundo Laurell e Noriega (1989), procura-se articular

o estudo dos processos de trabalho com o conjunto de valores, crenças e ideias que os trabalhadores compartilham, tendo o trabalho como organizador da vida social, como espaço de dominação e de submissão do trabalhador pelo capital, e de resistência e luta dos trabalhadores por melhorias nas condições de vida e trabalho (ambiente de trabalho, salário, moradia, segurança etc.).

A promoção da saúde pode ser entendida como uma atividade dirigida à transformação do comportamento dos indivíduos, focalizando a educação para mudanças no estilo de vida. E para amenizar o sofrimento físico e psíquico, torna-se relevante deter os efeitos do estresse e aproximar realização pessoal e expectativa de vida, cujos comportamentos podem ser aprendidos através de estratégias eficazes de enfrentamento. Exercícios físicos, distribuição do tempo, técnicas de respiração e relaxamento são respostas adaptativas eficazes (Farah, 2001). O sofrimento no trabalho tem sido, desse modo, tema de discussões, sempre imprescindíveis e renovadas, no ambiente acadêmico.

Quando se fala em sofrimento psíquico, remete-se popularmente também à palavra estresse. Entretanto, Jacques (2003) salientou a necessidade de considerar a existência de diversas perspectivas epistemológicas para tratar a teoria do estresse: psicodinâmica do trabalho, como desgaste mental, além da consideração por abordagens biológicas, psicológicas, sociais, ambientais, entre outras. No referencial teórico do presente artigo optou-se por abordar o sofrimento psíquico e o estresse no trabalho a partir da perspectiva da psicodinâmica do trabalho. Essa abordagem teve como principal autor o francês Christophe Dejours, que procura a partir da psicanálise os aportes teóricos e interpretação da realidade do sujeito.

Procedimentos Metodológicos

O presente trabalho analisou a revista *Você S/A*, em suas 12 (doze) edições veiculadas no período de julho de 2005 a junho de 2006, sob a ótica do tema sofrimento no trabalho. Reportagens, notas e notícias que abordaram as causas, as consequências do sofrimento e uma possível prevenção e manutenção da saúde do sujeito mereceram destaque.

As dezesseis incidências encontradas sobre o tema sofreram análise de conteúdo. Realizou-se um estudo minucioso do conteúdo do material bruto, das palavras e frases que o compõem. Procurou-se o sentido do conteúdo, comparando, avaliando, descartando o acessório, reconhecendo o essencial e selecionando-o em torno das ideias principais, isto é, desmontando as estruturas e os elementos desse conteúdo para esclarecer suas diferentes características e extrair sua significação

(Laville & Dione, 1999). A análise do conteúdo deu-se à luz do referencial teórico pertinente, conforme indicações de Minayo (1994), que conceitua a análise de conteúdo como um conjunto de técnicas de análise que visam obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores que possibilitam uma interpretação crítica dos dados obtidos.

Apresentação e Análise dos Resultados da Pesquisa

A seguir será apresentado um perfil da revista *Você S/A* e dos resultados obtidos a partir da análise de suas reportagens, em relação ao tema "sofrimento no trabalho", bem como um entendimento acerca de como a revista vem apresentando-o.

Perfil da Revista Você S/A

A *Você S/A*, cujo primeiro número foi publicado em abril de 1998 como uma extensão da revista *Exame*, surgiu da constatação de que o mercado de trabalho estava mudando no Brasil e no mundo. Dirige-se especialmente a um público de profissionais brasileiros interessados em aumentar sua competitividade no mercado de trabalho. Trata-se de uma publicação que objetiva ajudar os executivos brasileiros a cuidar da sua empregabilidade. Atualmente, com oito anos de existência, possui aproximadamente 525 mil leitores.

A estrutura da revista divide-se nas seguintes seções: (a) Capa, (b) *Você bem informado*, (c) *Você em evolução*, (d) *Você com dinheiro*, (e) *Você em equilíbrio* e (f) *Sempre aqui*. Esta última seção apresenta as seguintes subseções: *Para Você*, *Você manda*, *Você Online*, *Você sabia?*, *O nome por trás da marca*, *Aqui tem gestor*, *Você lê*, *Você merece*, *Etiqueta*, *Mr. Max*.

A linguagem utilizada na revista é predominantemente informal, e seu projeto gráfico aborda tópicos numerados, boxes explicativos, testes, além de figuras e fotografias. Na visão de seus editores, o sucesso da revista está relacionado ao seu perfil de instrumento de autoajuda em um contexto em que as pessoas buscam padrões de comportamento.

De acordo com as informações disponibilizadas no site direcionado aos anunciantes, o público da revista é formado predominantemente por homens (52%) das classes A e B (76%), cuja faixa etária varia entre os 25 e 44 anos (49%).

Trabalho contemporâneo e sofrimento psíquico na Revista Você S/A

Em relação às 16 reportagens contidas nas *Revistas Você S/A* do período de julho de 2005 a junho

de 2006, foram analisados primeiramente as datas das reportagens encontradas que tivessem relação com o tema sofrimento no trabalho; número de páginas dessas reportagens; presença de ilustrações; tipo de reportagem (reportagem de capa, nota, coluna); palavras-chave; o fato de o autor se posicionar ou não em relação ao tema abordado na reportagem; e presença de quadros e dicas prescritivas.

Observou-se que das dezesseis reportagens analisadas cinco delas possuíam apenas uma página de conteúdo; três delas possuíam duas páginas; três delas possuíam três páginas; as demais possuíam acima de quatro páginas. Desta forma, em termos quantitativos, constata-se que a revista fornece certa relevância ao tema sofrimento no trabalho, uma vez que 50% (cinquenta por cento) das reportagens possuíam três ou mais páginas de conteúdo.

Além disso, das dezesseis reportagens, o tema sofrimento no trabalho esteve presente na seção “Você em Equilíbrio” em sete edições mensais. Considera-se essa incidência relevante, uma vez que, das 12 edições analisadas, 58% destas abordaram o assunto em questão em uma coluna fixa da revista.

Os títulos das reportagens trazem frases de efeito direcionadas àqueles que ocupam posições de liderança, como por exemplo: “Ser presidente é fogo” e “CEO de carne e osso”. Outros títulos alertam diretamente para a questão do sofrimento no trabalho, tais como: “Diga não ao estresse”, “Uma baita dor de cabeça”, “O inferno das Telecom”, “Ônus do Cargo”, “Lições do sofrimento”, “70 anos de estresse”, “O trabalho aterroriza a saúde”.

Notou-se que todas as reportagens analisadas possuíam ilustrações relacionadas diretamente com o tema da reportagem em questão. Verificou-se que essas possuíam fotografia do autor do livro mencionado; fotografias relacionadas à reportagem; fotografias de executivos que obtiveram sucesso; do pesquisador convidado; de um ambiente de trabalho real com pessoas trabalhando; de uma pessoa em meio à natureza; ou uma história em quadrinhos. Percebe-se a presença de ilustrações como uma forma de tornar a leitura mais prazerosa e fazer com que o leitor, ao analisar a imagem, possa fazer uma relação direta com o tema ou mesmo se situar na reportagem.

Verificou-se, através das palavras-chave, que o estresse como tema foi encontrado em sete das dezesseis reportagens. Destacaram-se ainda as palavras-chave saúde e sucesso no trabalho. Entretanto, observou-se uma tendência das narrativas em acompanhar a ideia de que para haver sucesso há uma exigência por excesso de trabalho. No entanto, a grande incidência de palavras-chave como estresse, saúde, bem como reportagens que tratavam exclusivamente de temas relacionados à

insônia, burnout (termo inglês que significa combustão completa, e que na psicologia tem sido tratado como síndrome, referindo-se ao estado de exaustão prolongada e diminuição de interesse, especialmente pelo trabalho), workaholic (viciado em trabalho), dor de cabeça, podem denotar uma preocupação dos redatores com a saúde do leitor. Além disso, muitas reportagens alertavam para o equilíbrio entre vida profissional e pessoal, bem como prevenção de possíveis doenças psicossomáticas.

No que diz respeito ao posicionamento dos autores das reportagens, verificou-se que das dezesseis reportagens analisadas, em nove destas o autor fornece determinado posicionamento crítico. E verificou-se que a grande maioria das reportagens possuía quadros prescritivos, com dicas práticas e prontas.

Modos de Apresentação do Sofrimento Psíquico

Adotar o sofrimento enquanto elemento central deste estudo envolve reportar-se à esfera da vivência pessoal e à maneira como o sujeito interpreta o seu trabalho diário. Os elementos ligados ao sofrimento são diversos e possuem um caráter central aos modos de ser e de viver. Nesta seção do trabalho, apresenta-se como os redatores e entrevistados da Revista Você S/A interpretam assuntos relacionados ao tema sofrimento no trabalho. Assim, o foco não é a doença em si, mas aquilo que se identifica como fonte de sofrimento no cotidiano de trabalho e como o assunto é abordado pela revista.

Causas do sofrimento psíquico no trabalho

Uma das causas do sofrimento no trabalho apontada pela revista consiste no excesso de trabalho. Um assunto que a revista tem tratado com frequência, consiste nos workaholics ou viciados em trabalho. Segundo uma das reportagens, vivemos em:

um tempo em que não trabalhamos por prazer, porque não há outro remédio ... Trabalhar é até terapêutico, mas a dose excessiva acabou por criar os chamados workaholics. ... Empresas americanas deturpam o sentido do termo (workaholic). Virou um modelo do funcionário superprodutivo, que coloca os interesses da empresa acima até da sua vida pessoal (“O que é veneno”, Você S/A, p. 106).

O workaholic pode expressar aquilo que se caracteriza por sofrimento patogênico (Dejours, 1998/1999). Segundo o autor, o sofrimento é patogênico porque, tendo em vista o esgotamento de todos os recursos defensivos, continua a provocar uma descompensação do corpo ou da mente, debilitando o aparelho mental e psíquico do sujeito.

A reportagem “CEO de carne e osso” cita que a Korn/Ferry Internacional, uma das maiores empresas de seleção de executivos do mundo, realizou um le-

vantamento mundial com executivos de primeira linha para definir o perfil *best in job* (o melhor funcionário em determinado tipo de trabalho), ou ainda modelo ideal de CEO. Da pesquisa foi inferido dos executivos que apenas 20% se encaixavam dentro das categorias solicitadas, 20% estariam fora do padrão e os restantes estariam na média, tendo que suar muito para manter a cadeira de presidente. Considera-se no presente artigo que esse fato pode ser interpretado de duas formas: ou os executivos realmente não estão se encaixando dentro do perfil procurado, ou as exigências do atual mercado de trabalho solicitam um perfil de executivo que ultrapasse as capacidades humanas e a capacidade de conciliar trabalho com sua vida pessoal. E parece que o próprio redator do texto já fornece a resposta a partir da seguinte afirmação: "poucos, pouquíssimos, na verdade têm energia para dar conta do recado sem sofrer" ("CEO de carne e osso", *Você S/A*, p. 15).

A edição de dezembro de 2005 salienta a competição como fator de sofrimento nas organizações: "quando acredita que há competição, você cria medos, e aí fica mais difícil de ser criativo. Quando as pessoas cooperam umas com as outras, mudam a cultura da empresa e se tornam mais valiosas para a organização" ("Diga não ao Estresse", *Você S/A*, p.85).

Essa crescente competição no mercado de trabalho contribui com o aumento do sofrimento psíquico no trabalho. Este sofrimento psíquico no trabalho pode surgir por decorrência das novas formas de organização, e o crescente interesse em compreender as consequências dessas novas plataformas de produção na relação homem/trabalho faz dessa teoria uma discussão cada vez mais necessária para estudiosos e pesquisadores de diferentes áreas do conhecimento (Lancman e Sznelwar, 2004).

Outra grande causa do sofrimento no trabalho é a negligência por parte do trabalhador em relação à pressão e ao estresse no trabalho, uma vez que ele já passa a considerá-los como naturais. Tal fato pode ser constatado na seguinte afirmação: "Pressão e estresse fazem parte da vida, dizem eles. O importante é aprender a lidar com isso". Em outros trechos da mesma reportagem, ainda se comenta:

Alguns deles admitem que é muito difícil manter o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal ... Para eles o trabalho está quase sempre em primeiro lugar, mas afirmam que dão conta do recado. Admitem que é preciso fazer escolhas. ... Falta de tempo para a família? Eles repetem a velha máxima de que quantidade não é qualidade ("CEO de carne e osso", *Você S/A*, p. 15).

Mas esse sentimento de poder dar conta de todo o trabalho, sempre crescente, chega a um certo limite. Segundo Dejours (1998/1999), o lado mais cruel do sofrimento está no vazio intelectual a que é submetido

o trabalhador, que se move sem direção, tomando para si toda a responsabilidade da sua angústia, levando-o à sensação permanente de impotência e incapacidade, em que os conhecimentos acumulados por anos de dedicação são considerados inúteis e descartáveis (Dejours, 1998/1999).

Constatou-se que o tema estresse foi o tema relacionado a trabalho e sofrimento que surgiu com maior frequência nas reportagens da Revista *Você S/A*. Algumas das reportagens enfocam estritamente a sua precaução: "Não fume, controle o peso e o colesterol, pratique uma atividade física e busque formas de aliviar o estresse. Paralelamente, monte uma agenda com exames preventivos". Outras notas preocupam, pelo fato de banalizar o estresse, considerando-o como algo que já está internalizado e fazendo parte de um cotidiano, cabendo somente ao empresário a administração do mesmo. Um destes exemplos pode ser encontrado na seguinte frase: "os eleitos na maioria jovens executivos de grandes empresas, lidam com estresse e pressão, passam muito tempo longe da família e precisam estar atentos à saúde, para que ela não seja vencida pelo estresse".

Consequências do sofrimento psíquico no trabalho

A Revista *Você S/A* de agosto de 2005 apresenta a ideia de que o sofrimento é, muitas vezes, consequência do trabalho. Apresenta, também, a ideia de que se a pessoa não tem um bom rendimento ou está com alguns problemas pessoais ou profissionais, a empresa também terá resultados negativos, ou seja, o bom desempenho das organizações depende também de ter pessoas saudáveis trabalhando. A seguir, apresentam-se trechos das reportagens dessa edição que ilustram essa percepção:

Emoções negativas tornam as pessoas menos flexíveis, originais, racionais. Ao contrário, quando se sentem seguros, confiantes e apaixonados por seu trabalho, geralmente os profissionais veem novas possibilidades, apresentam soluções criativas e têm mais chances de tomar decisões mais acertadas De um lado distúrbios do sono, irritabilidade, alterações de humor, dores de cabeça, etc. De outro, declínio na performance profissional, erros bobos, perda de controle sobre os prazos, indecisão, lapsos de memória, falta de motivação, reação exagerada aos problemas ("Cara a Cara com Freud", *Você S/A*, p. 93-94).

Segundo a revista *Você S/A* de fevereiro de 2006, o tema do sofrimento no trabalho foi relacionado à forma com que cada indivíduo o administra e o canaliza para outros fins, conforme os seguintes depoimentos de uma reportagem localizada na seção "Você em Equilíbrio": "as tragédias e obstáculos não trariam apenas sentimentos ruins e lágrimas, mas também força e maturidade"; na visão da psicóloga entrevistada pela

revista: “Há aqueles que vão se sentir vítimas do mundo pelo resto da vida apontando as desgraças pessoais como causa de seus fracassos profissionais” (“Lições do Sofrimento”, *Você S/A*, p.80-82).

Essas reportagens estão presentes em uma seção fixa da revista intitulada “Você em Equilíbrio”. Com isso, verifica-se que o significado atribuído ao nome da seção condiz com os assuntos abordados, uma vez que ela trata da questão do indivíduo estar “em equilíbrio” com a vida pessoal e profissional, a fim de incrementar os resultados da organização. Porém, nota-se que a responsabilidade por esse bem-estar é atribuída ao sujeito, reforçando a ideia de que a pessoa seja capaz de “transformar a tragédia em aprendizado”. Assim, a empresa se exime completamente da responsabilidade sobre o indivíduo, fazendo com que o mesmo se sinta culpado diante da incompetência em solucionar seus problemas.

De qualquer forma, a revista, a partir do enfoque das consequências do sofrimento no trabalho, parece defender o argumento de que o sofrimento é algo que faz parte da vida do sujeito, como se fosse alguém imbatível, pleno super-herói que tivesse que lutar contra um fator do qual a empresa se isenta da responsabilidade. Neste ponto, destacam-se as ideias de Sennet (2006) a respeito do fantasma da inutilidade, que faz com que um sentimento de culpa se volte para o sujeito, por não se sentir capaz de corresponder às expectativas da empresa e do mercado, sentindo-se fracassado diante da inutilidade. A frase seguinte ilustra claramente a questão comentada: “Poucos, pouquíssimos, na verdade – têm energia para dar conta do recado sem sofrer”.

Fortalece-se a ideia proposta por Dejours (1998/1999), de que o lado mais cruel do sofrimento está no vazio intelectual a que é submetido o trabalhador, que se move sem direção, tomando para si toda a responsabilidade da sua angústia, levando-o à sensação permanente de impotência e incapacidade, em que os conhecimentos acumulados por anos de dedicação são considerados inúteis e descartáveis.

Constata-se que o tema estresse mostrou-se presente com grande frequência nas reportagens da Revista *Você S/A*. Algumas dessas banalizam o estresse, considerando-o como algo que já está internalizado e fazendo parte do cotidiano, cabendo somente ao empresário a administração do mesmo. Um desses exemplos pode ser encontrado na seguinte frase: “os eleitos, na maioria jovens executivos de grandes empresas, lidam com estresse e pressão, passam muito tempo longe da família e precisam estar atentos à saúde, para que ela não seja vencida pelo estresse” (“O preço do sucesso”, *Você S/A*, p. 43). Outras associam o estresse a um propulsor de um bom desempenho, qualidade extremamente exigida no mundo do trabalho, sendo essa ideia ilustrada pelas seguintes colocações: “aprenda

a intercalar os períodos de tensão, que são essenciais para o desempenho, com pausas de relaxamento para se recuperar” (“70 anos de estresse”, *Você S/A*, p. 69) e “pressão e estresse fazem parte da vida, dizem eles. O importante é aprender a lidar com isso” (“O preço do sucesso”, *Você S/A*, p.44).

Na edição de outubro de 2005, a reportagem salienta a seguinte visão: “sentir-se refém de um emprego, trabalhando no ‘piloto automático’ apenas para garantir o salário, pode ser muito mais prejudicial à carreira do que a situação inversa, que é viver atarefado e cheio de desafios.” (p. 80). Parte dessa aceleração do ritmo de trabalho, bem como parte da explicação sobre o fato de trabalhar no que a revista denominou de “piloto automático”, é ocasionado pelo incremento de novas tecnologias. De acordo com Faria (1992, p. 113) a concepção de que a força de trabalho desqualifica-se, “não significa que haja uma perda absoluta de qualificação, mas uma perda relativa, ligada ao papel cada vez menos importante que o trabalhador tem em relação ao das máquinas automatizadas e integradas no processo produtivo”.

As decorrências do sofrimento psíquico no trabalho também podem acarretar interferências na família e pessoas mais próximas. Segundo relatado na reportagem de abril de 2006, “o marido foi o primeiro a sentir as consequências das noites em claro”. A insônia foi relatada na matéria como “causadora de dores no corpo, na cabeça, e principalmente na falta de concentração”.

A reportagem ainda menciona que geralmente a insônia é um sintoma de um problema maior: “Algumas pessoas passam a ter dificuldades para dormir por causa de problemas econômicos, da perda de um parente ou de um trauma ... Pessoas muito ansiosas, que ficam preocupadas quando têm uma reunião importante, também podem ter dificuldades para dormir”. Dentro dessas possíveis causas, nota-se que grande parte delas está ligada ao trabalho, fato que deixou de ser colocado na revista (“De olhos bem abertos”, *Você S/A*, p. 72-74).

Prevenção e Saúde

A revista *Você S/A* de agosto de 2005 apresenta a ideia de que o sujeito poderá prevenir sua saúde física e mental através de atividades que possam lhe proporcionar bem-estar. Essa edição salienta a importância de procurar auxílio profissional em situações de estresse ou conflitos, para que o estado emocional não interfira em outras áreas além do trabalho, fazendo com que o sujeito se sinta responsável por suas ações. Segundo a reportagem,

o terapeuta, no entanto, não vai resolver seus problemas. O papel dele é ajudar a identificar sentimentos e padrões de comportamento diante de diferentes situações e, a partir daí, preparar a pessoa para reagir a essas questões de maneira mais eficaz (“Cara a Cara com Freud”, *Você S/A*, p. 93-94).

Sobre este ponto, Dejours (1998/1999) comenta que entre o trabalhador e a organização prescrita do trabalho existe, às vezes, um espaço de liberdade que autoriza uma negociação, invenções e ações sobre a organização do trabalho, para adaptá-la às suas necessidades, e mesmo para torná-la mais congruente com seus desejos. Logo essa negociação é conduzida a seu último limite e a relação trabalhador-organização do trabalho fica bloqueada, começando o domínio do sofrimento e da luta contra o sofrimento (Dejours, 1998/1999).

Corroborando com os aspectos já salientados, a edição de dezembro de 2005 novamente enfatiza uma experiência pessoal:

é importante aprender a pensar e, a partir daí, mudar seu jeito de reagir às pressões, sem se por no papel de vítima. Aprenda a evitar que a atitude arbitrária do seu chefe lhe perturbe, assumindo a responsabilidade sobre a maneira como você se posiciona diante dele. Depois tente influenciá-lo positivamente. ("Diga não ao Estresse", *Você S/A*, p. 85).

Além disso, menciona a importância em "avaliar se o fato que esta lhe deixando estressado é mesmo um problema ou uma oportunidade de crescimento".

Olhando sob esta ótica, percebemos que

o trabalhador não chega a seu local de trabalho como uma máquina nova. Ele possui uma história pessoal que se concretiza por certa qualidade de suas aspirações, de seus desejos, de suas motivações, de suas necessidades psicobiológicas, que integram sua história passada. Isso confere a cada indivíduo características únicas e pessoais (Dejours, 1998/1999, p. 24).

Observa-se que a reportagem da revista de fevereiro de 2006 aborda dicas prescritivas, apontando os principais fatores de risco para doenças do coração, além da herança genética, fornecendo dicas de como evitar. ("Mulheres em risco", *Você S/A*, pp. 86-88). Ressalta-se a importância de informações que previnam contra doenças causadas pelo sofrimento no trabalho. Mas de certa forma o excesso de prescrições causa preocupação, pois geralmente as questões abordadas envolvem um maior nível de abstração, uma maior profundidade crítica e uma maior densidade teórica, uma maior quantidade de estudos relacionados ao tema. Mesmo assim, a revista procura descrever relações complexas em quadros sintetizados, com soluções prontas. Alguns destes fatos podem ser observados nos seguintes exemplos: "Faça sua parte: Não dá para jogar toda a culpa na empresa. A seguir, algumas dicas para tornar o dia-a-dia menos estressante"; "Faça do limão uma limonada: Como transformar os problemas pessoais num fator de desenvolvimento profissional"; "Proteja-se (Confira os principais fatores de risco para doenças do coração, fora a herança genética, e saiba como evitá-los)".

Dejours (1998/1999) considera que a relação do homem com o trabalho jamais é satisfatória, pois ele pode realizar-se em alguns trabalhos, mas não se satisfaz com esses trabalhos. Toda satisfação obtida coloca imediatamente uma insatisfação que mantém o deslizamento constante do sofrimento numa rede sem fim. Segundo o autor, o prazer obtido no interior da organização, por exemplo, através do reconhecimento, é de curta duração, facilmente esquecido, e que o sofrimento ressurge, impelindo o trabalhador para outras situações de trabalho, novas apostas organizacionais e novos desafios simbólicos.

Verificou-se a existência de notas prescritivas que tentavam procurar soluções prontas para evitar o sofrimento no trabalho, como o caso da seguinte afirmação: "as tragédias e obstáculos não trariam apenas sentimentos ruins e lágrimas, mas também força e maturidade". No entanto, ainda assim, foi encontrado um número muito maior de reportagens que tratavam sobre sofrimento no trabalho do que as reportagens que tratavam sobre modos de prevenção.

Constatou-se que o tema estresse foi o tema relacionado ao trabalho e sofrimento que surgiu com maior frequência nas reportagens da Revista *Você S/A*. Algumas destas reportagens vinculavam o assunto somente com relação à sua precaução: "Não fume, controle o peso e o colesterol, pratique uma atividade física e busque formas de aliviar o estresse. Paralelamente, monte uma agenda com exames preventivos".

Destaca-se, nas edições pesquisadas da *Você S/A*, uma série de matérias estimulando o leitor a superar e inibir seus problemas ocasionados pelo trabalho. Para evitar o estresse, são apresentadas técnicas que vão desde cuidados com a alimentação, com a mente, até a prática de exercícios físicos. Segundo Dejours (1998/1999), os trabalhadores são sujeitos ativos no processo de investigação e de construção do conhecimento sobre saúde e principalmente sobre as diferentes formas de prevenção dos problemas relacionados ao trabalho.

Considerações Finais

O trabalho de pesquisa analisou a forma como a Revista *Você S/A* aborda o sofrimento no trabalho através da sua veiculação nas reportagens. Assim, encontraram-se reportagens que puderam ser categorizadas de três formas: causas do sofrimento no trabalho, consequências do sofrimento no trabalho e prevenção e saúde. Embora a análise tenha tratado separadamente as questões referentes ao sofrimento, em determinados momentos as mesmas se complementaram.

É fato que o sofrimento é algo inerente ao ser humano e à vida em sociedade, estando presente na realidade do trabalho. Contudo, pode assumir uma traje-

tória patológica, fato que vem preocupando especialistas do mundo inteiro. O impacto da globalização na organização do trabalho, as exigências crescentes de maior qualificação profissional, a competitividade, a precarização do emprego e a ameaça constante da diminuição dos postos de trabalho têm causado os mais diversos efeitos sobre a saúde mental dos trabalhadores.

Verificou-se que as reportagens da revista *Você S/A* tendem a apresentar a questão do sofrimento no trabalho como algo inerente ao ser humano, sendo de sua total responsabilidade a preservação da saúde mental.

Em relação ao exposto, é possível perceber, dentre as reportagens, que na atual organização do trabalho, diante das transformações ocorridas, emerge um incremento de doenças cardiorrespiratórias, estresse, insônia, alterações de humor, dentre outras. Muitos executivos, entretanto, buscam ajuda apenas em situações extremas, quando os resultados obtidos não mais correspondem aos resultados previstos.

Observou-se que a Revista *Você S/A* reconhece a existência de situações que geram prazer e sofrimento no trabalho, destacando-os como parte integrante do trabalho. Não aponta como sendo papel dos profissionais de cargos de chefia, gerentes de Recursos Humanos, entre outros, intervir nas situações de sofrimento. No entanto, tende a colocar o sujeito como o causador do seu próprio sofrimento e procura abordagens prescritivas para potencializar as vivências de prazer na organização e dirimir questões relativas ao sofrimento.

É válido relatar que a presença de um quadro que contém dicas prescritivas torna-se uma constante na maioria das reportagens, tendo elas o possível objetivo de estimular o sujeito a seguir alguns passos prescritos, moldando-se às exigências do mercado. Isto evidencia que a responsabilidade recairia diretamente sobre o sujeito, proporcionando à empresa eximir-se de estar envolvida na produção de sofrimento. Por fim, observa-se que a revista apresenta-se como um canal de expressão do que buscam as empresas em relação ao perfil de um profissional de sucesso: capaz de bem administrar todos os fatores que estão presentes no ambiente organizacional, como as pressões do dia-a-dia, a busca desenfreada por atingir metas, a resolução de conflitos, a competitividade, além de estar emocionalmente saudável. Deve-se considerar, portanto, se há, por parte da mídia impressa analisada, um esforço no sentido de contribuir para a divulgação de perfis condizentes com as exigências do contexto atual.

Referências Bibliográficas

- Antunes, R. (1996, abril). Dimensões da crise e metamorfoses do mundo do trabalho. *Revista Serviço Social & Sociedade*, 17(50), 78-86.
- Antunes, R. (1999). Crise capitalista contemporânea e as transformações do mundo do trabalho. In Universidade de Brasília. CEAD. (1999). *Cadernos de capacitação em serviço social e política social. Módulo I: crise contemporânea, questão social e serviço social* (19-31). Brasília, DF: Autor.
- Athayde, M. (1996). *Gestão de coletivos de trabalho e modernidade: questões para a engenharia de produção*. Tese de Doutorado, COPPE, UFRJ, Rio de Janeiro.
- Buss, P. M. (2000). Promoção de saúde e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, 5(1), 163-177.
- Castel, R. (1998). *As metamorfoses da questão social: uma crônica do salário*. São Paulo, Vozes.
- Chaui, M. de S. (1994). *Convite à filosofia* (10ª ed.). São Paulo: Ática.
- Dejours, C. (1999). *A banalização da injustiça social*. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas. (Original publicado em 1998).
- Dias, E. C. (1994). *A atenção à saúde dos trabalhadores no setor saúde (SUS), no Brasil*. Tese de Doutorado, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas.
- Dias, E. C. (1998, maio). Reestruturação produtiva: forma atual da luta de classes. *Outubro. Revista do Instituto de Estudos Socialistas*, 01, 45-52.
- Farah, O. G. D. (2001). *Stress coping no estudante de graduação em enfermagem: investigação e atuação*. Tese de Doutorado, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto.
- Faria, J. H. de. (1992). Trabalho, tecnologia e sofrimento: as dimensões desprezadas do mundo do trabalho. *Crítica Jurídica*, 18(1), 197-214.
- Fidalgo, F. S. & Machado, L. R. de S. (1994). *Controle da qualidade total – uma nova pedagogia do capital*. Belo Horizonte: Movimento de Cultura Marxista.
- Freud, S. (1980). Além do princípio do prazer (C. M. Oiticica, Trad.). In *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (Vol. 18, pp. 17-89). Rio de Janeiro: Imago. (Original publicado em 1920).
- Heloani, R. (2003). *Gestão e organização no capitalismo globalizado: história da manipulação psicológica no mundo do trabalho*. São Paulo: Atlas.
- Jacques, M. da G. C. (2003, janeiro/junho). Abordagens teórico-metodológicas em saúde/doença mental e trabalho. *Psicologia & Sociedade*, 15(1), 97-116.
- Lancman, S. & Sznalwar, L. I. (2004). *Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho*. Editora Fiocruz. Brasília.
- Laurell, A. C. & Noriega, M. (1989). *Processo de produção e saúde: trabalho e desgaste operário*. São Paulo: Hucitec.
- Laville, C. & Dione, F. (1999). *A construção do saber: manual de metodologia da pesquisa em Ciências Humanas*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Mair, J. (2005). *Chega de oba-oba: porque desempenho e disciplina rendem mais que inteligência emocional, espírito de equipe e soft skill*. São Paulo: Martins Fontes.
- Merlo, A. C. & Lapis, N. L. (2007, janeiro/abril). A saúde e os processos de trabalho no capitalismo: reflexões na interface da psicodinâmica do trabalho e da sociologia do trabalho. *Psicologia & Sociedade*, 19(1), 61-68.
- Minayo, M. C. (1994) *Pesquisa social: teoria, método e criatividade* (3ª ed.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- Pereira, M. T. F. (2005). Algumas formas organizacionais de classificação: o que o corpo dos trabalhadores tem que ver com isso? [CD-ROM]. In *Anais do Encontro Nacional*

dos Programas de Pós-Graduação em Administração, 29. Brasília: Associação Nacional da Pós-Graduação em Administração - ANPAD.

Seligmann-Silva, E. (1994). *Desgaste mental no trabalho dominado*. Rio de Janeiro: Cortez/ UFRJ.

Sennet, R. (2006). *A cultura do novo capitalismo*. Rio de Janeiro: Record.

Leonardo Flach é Doutorando em Administração (UFRGS); Mestre em Administração (UFSC); Bacharel em Administração (UFSC).
E-mail: leoflach@hotmail.com

Carmem Lígia Iochins Grisci é Psicóloga, Doutora em Psicologia, Professora do PPGA/EA/UFRGS. Pesquisadora do CNPq.
Email: cligrisci@ea.ufrgs.br

Francielle Molon da Silva é Doutoranda em Administração (UFRGS); Mestre em Administração (UFRGS); Especialista em Gestão de Pessoas (UCPEL); Bacharel em Administração (UFPEL).
Email: franmolon@yahoo.com.br

Vanessa Manfredini é Doutoranda em Psicologia (PUCRS), Mestre em Administração (UFRGS); Especialista em Gestão de Pessoas (PPGA-UFRGS); Psicóloga (PUCRS). Atualmente exerce a função docente na PUCRS.
E-mail: vanessa.manfredini@puers.br

**Sofrimento Psíquico no Trabalho Contemporâneo:
analisando uma revista de negócios**

Leonardo Flach, Carmem Lígia I. Grisci, Francielle Molon da Silva e Vanessa Manfredini

Recebido: 17/09/2007

1ª revisão: 08/01/2008

2ª revisão: 10/04/2008

3ª revisão: 04/06/2008

Aceite final: 06/06/2008